



Tchibo GmbH D-22290 Hamburg - 140895H866XXIV - 2024-07

Entspannungssohlen | Relaxation insoles

Semelles de relaxation | Relaxační vložky na chodidla

Artikelnummer | Product number | Référence | Číslo výrobku : 688 684

www.tchibo.de/anleitungen
www.tchibo.de/instructions
www.fr.tchibo.ch/notices
www.tchibo.cz/navody



de

Sicherheitshinweise



Benutzen Sie den Artikel nur wie in dieser Anleitung beschrieben, damit es nicht versehentlich zu Verletzungen oder Schäden kommt. Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachlesen auf. Bei Weitergabe des Artikels ist auch diese Anleitung mitzugeben.

Verwendungszweck

- Die Entspannungssohlen sind geeignet für die Kalt- und Warmanwendung und dienen der Entspannung und dem Wohlbefinden.
- Die Entspannungssohlen sind für den privaten Gebrauch konzipiert und für gewerbliche, therapeutische oder medizinische Zwecke ungeeignet.
- Die Entspannungssohlen enthalten eine Tonfüllung, die im warmen Wasserbad oder in der Mikrowelle erwärmt oder im Kühl-/Gefrierschrank heruntergekühlt werden kann.
- Testen Sie die Temperatur vorsichtig, um die für Sie ange-nehmste Temperatur herauszufinden.

Fragen Sie Ihren Arzt!

- Bei besonderen Beeinträchtigungen, wie z.B. Schwanger-schaft, entzündlichen Erkrankungen von Gelenken oder Sehnen, Wassereinlagerungen in den Beinen, orthopädi-schen Beschwerden o.Ä. fragen Sie Ihren Arzt, ob die Verwendung der erwärmten oder gekühlten Entspannungs-sohlen für Sie unbedenklich ist.
- Entfernen Sie die Entspannungssohlen sofort, wenn Sie Schmerzen oder Beschwerden bemerken.

Gefahr für Kinder

- Der Artikel ist kein Spielzeug. Benutzung ab 6 Jahren, nur unter Aufsicht Erwachsener. Halten Sie Kleinkinder von dem Artikel fern.
- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Es besteht u.a. Erstickungsgefahr!

Brandgefahr

- Die Entspannungssohlen dürfen nur im Wasserbad oder der Mikrowelle - ohne Grillfunktion - erwärmt werden. Die Ent-spannungssohlen dürfen keinesfalls im elektrischen Back-Ofen oder im Gasofen o.Ä. erwärmt werden. Lassen Sie die Entspannungssohlen beim Erwärmen nicht unbeobachtet!
- Eine Überhitzung oder extreme Unterkühlung (Lagerung im Gefrierfach/-schrank) kann die Entspannungssohlen beschädigen und sogar zum Brand führen. Halten Sie sich deshalb unbedingt an die angegebenen Werte in dieser Anleitung.

Gefahr von Verbrennungen und Unterkühlungen

- Der Artikel darf nicht - bzw. nur bei Zimmertemperatur - verwendet werden, wenn eine Person Wärme oder Kälte nicht richtig wahrnehmen kann. Kleine Kinder reagieren empfindlicher auf Wärme. Bestimmte Krankheiten, wie z.B. Diabetes, können mit Temperatur-Empfindungsstörungen einhergehen. Behinderte oder Gebrechliche können sich evtl. nicht bemerkbar machen, wenn es ihnen zu warm oder kalt wird. Verwenden Sie den erwärmten oder gekühlten Artikel deshalb nicht bei Kindern unter 6 Jahren, hilflosen, kranken bzw. hitze- und kälteunempfindlichen Personen. Wenn Sie Zweifel haben oder bei Kreislaufbeschwerden, fragen Sie zuvor Ihren Arzt.
- Um Hautverbrennungen und Unterkühlungen zu vermeiden, testen Sie die Temperatur vor Gebrauch mit der Innenseite Ihres Handgelenks. Lassen Sie eine zu heiß gewordene Entspannungssohle vorm Gebrauch abkühlen. Für Kühl-anwendungen darf die Temperatur nicht zu kalt sein. Verwenden Sie die gekühlten Entspannungssohlen nicht länger als ca. 15-20 Minuten ununterbrochen. Unterkühlungsgefahr!

Gefahr von Gesundheitsschäden

- Der Artikel darf nicht dauerhaft verwendet werden.
- Der Artikel darf nicht auf verletzter Haut angewendet werden.
- Die Entspannungssohlen sind nur zur äußerlichen Anwen-dung bestimmt. Der Inhalt darf nicht verzehrt werden. Bei Hautkontakt mit der Tonfüllung - z.B. bei Beschädigung der Hülle - waschen Sie die betroffenen Hautpartien unter fließendem Wasser ab.
- Lassen Sie eine beschädigte Entspannungssohle vor dem Berühren ggf. Raumtemperatur annehmen. Sie darf nicht mehr verwendet werden.

Sachschäden

- Üben Sie keine Druckbelastung auf die Entspannungs-sohlen aus. Verwenden Sie die Entspannungssohlen nur im Liegen oder Sitzen - laufen Sie nicht darauf herum!
- Halten Sie scharfe und spitze Gegenstände fern von den Entspannungssohlen, um die Hülle nicht zu beschädigen.

Gebrauch

Sie können die Entspannungssohlen erwärmt oder gekühlt verwenden.

Entspannungssohlen erwärmen

Warnung - Verbrennungsgefahr! Bei Überhitzung können sich die Entspannungssohlen aufblähen und platzen. Lassen Sie die Entspannungssohlen beim Erwärmen nicht unbeauf-sichtigt. Wenn sich die Entspannungssohlen aufblähen, brechen Sie die Erwärmung sofort ab.

Im Wasserbad

- Legen Sie die Entspannungssohlen für ca. 3-5 Minuten in einen Kochtopf mit max. 80 °C heißem Wasser. **Das Wasser darf nicht kochen!** Im Topf muss ausreichend Wasser sein, damit die Entspannungssohlen nicht mit dem heißen Topfboden in Berührung kommen. Entnehmen Sie die Entspannungssohlen mit einer Holzgange o.Ä., nicht mit den bloßen Fingern - **Verbrühungsgefahr!**

In der Mikrowelle

- Keinesfalls die Grillfunktion verwenden.
- Erwärmen Sie die Entspannungssohlen bei 1000 W für max. 60 Sekunden.
- Um die Wärme gleichmäßig in den Entspannungssohlen zu verteilen, kneten Sie sie gründlich - mit nur leichtem Druck - durch. Prüfen Sie dann die Temperatur. Lassen Sie eine zu heiße Entspannungssohle vor Gebrauch abkühlen.

Entspannungssohlen kühlen

- Legen Sie die Entspannungssohlen in den Kühlschrank oder für max. 1 Stunde ins Gefrierfach. Um die Kälte gleichmäßig in den Entspannungssohlen zu verteilen, kneten Sie sie gründlich - mit nur leichtem Druck - durch. Lassen Sie eine zu kalte Entspannungssohle vor Gebrauch wieder etwas wärmer werden.

Reinigen / Aufbewahren

- Wischen Sie die Entspannungssohlen bei Bedarf feucht ab. Bewahren Sie sie kühl und geschützt vor direkter Sonnen-einstrahlung auf.

Entsorgen

Der Umwelt zuliebe: Entsorgen Sie den Artikel in Überein-stimmung mit den geltenden Gesetzen und Regularien. Informationen erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadt-verwaltung.

- | | |
|----------|---|
| Hülle: | 100% Polyester, innen wasserdicht beschichtet mit PVC |
| Füllung: | 30% natürliche Tonerde, 30% Glycerin, 40% Wasser |

de

Gebrauchsanleitung

en

Safety warnings



Only use the product as described in these instructions to avoid accidental injury or damage. Keep these instructions for future reference. If you give this product to another person, remember to also include these instructions.

Intended use

- The relaxation insoles are suitable for cold and warm applications and are used for relaxation and well-being.
- The relaxation insoles are designed for private use and are not suitable for commercial, therapeutic or medical purposes.
- The relaxation insoles contain a clay filling that can be heated in a warm water bath or in the microwave or cooled in the fridge/freezer.
- Carefully test the temperature to find the most comfortable temperature for you.

Consult your doctor!

- In the case of special impairments, such as pregnancy, in-flammatory diseases of joints or tendons, water retention in the legs, orthopaedic complaints or similar, ask your doctor whether the use of the heated or cooled relaxation insoles is safe for you.
- Remove the relaxation insoles immediately if you begin to experience pain or discomfort.

Danger to children

- This product is not a children's toy. Use permitted from 6 years and up, only under adult supervision. Keep infants away from the product.
- Keep packaging materials out of the reach of children. They pose several risks, including the risk of suffocation!

Risk of fire

- The relaxation insoles may only be heated in a water bath or the microwave - but not with the grill function. The re-laxation insoles must never be heated in an electric oven, gas oven or similar. Never leave the relaxation insoles unattended when heating them up!
- Overheating or extreme overcooling (after being in the freezer) may damage the relaxation insoles and even cause a fire. Therefore, always adhere to the values indicated in these instructions.

Risk of burns and hypothermia

- The product must not be used by someone who is unable to sense warm or cold temperatures properly, or it may only be used at room temperature. Small children react more sensitively to heat than adults. Certain illnesses such as diabetes may also be accompanied by the inability to correctly perceive temperature. Frail or sick people or those with special needs may not be able to call for help if they feel too warm or cold. Therefore, do not use this pro-duct when it is heated or cooled on children under 6 years of age or individuals who are ill, require assistance, or who are unable to feel heat or cold. If in doubt, or if the user suffers from circulatory problems, consult your doctor before use.
- To prevent burns and hypothermia, test the temperature of the product on the inside of the wrist first. Let relaxation insoles that have become too hot cool down before use. Do not leave the cooled relaxation insoles on for longer than approx. 15-20 minutes at a time. Danger of hypother-mia!

Danger - health hazards

- The product must not be used continuously over a long period of time.
- The product must not be used on damaged skin.
- The relaxation insoles are only designed for external use. Their contents must not be ingested. If skin comes into contact with the clay filling - e.g. if the cover becomes damaged - wash the parts of the skin that are affected under running water.
- If necessary, allow a damaged relaxation insole to reach room temperature before touching. It must not be used anymore.

Material damage

- Do not exert any kind of pressure on the relaxation insoles. Only use the relaxation insoles when lying or sitting down - do not walk around on them!
- Keep sharp and pointed objects away from the relaxation insoles to avoid damaging the cover.

Use

You can use the relaxation insoles heated or cooled.

Warming up relaxation insoles

Warning - risk of burns! Overheating the relaxation insoles can cause them to swell and burst. Never leave the relaxation insoles unattended when heating them up! Stop heating the relaxation insoles immediately if they start to swell.

In a water bath

- Place the relaxation insoles into a pot of hot water (max. 80 °C) for approx. 3-5 minutes. **The water must not boil!** There must be enough water in the pot to ensure that the relaxation insoles do not touch the hot base of the pot. Remove the relaxation insoles using wooden tongs or something similar and not with your bare hands - **risk of scalds!**

In the microwave

- Never use the grill function.
- Heat the relaxation soles at 1000 W for max. 60 seconds.
- To distribute the heat evenly in the relaxation insoles, knead them thoroughly - with only light pressure. Then check the temperature. Allow the relaxation insoles to cool down before using them.

Cooling relaxation insoles

- Place the relaxation insoles in the refrigerator or, for a maximum of one hour, in the freezer. To distribute the cold evenly in the relaxation insoles, knead them thoroughly - with only light pressure. If the relaxation insole is too cold, allow it to warm up a little before use.

Cleaning / storage

- If necessary, wipe the relaxation insoles with a damp cloth. Store them in a cool place that is protected from direct sunlight.

Disposal

For the sake of the environment: dispose of the product according to the current regulations in place in your country. Contact your local authorities for more information.

- | | |
|----------|--|
| Cover: | 100% polyester, waterproof PVC coating on the inside |
| Filling: | 30% natural clay, 30% glycerol, 40% water |

fr

Consignes de sécurité



N'utilisez cet article que de la façon décrite dans ce mode d'emploi afin d'éviter tout risque de détérioration ou de bles-sure. Conservez ce mode d'emploi pour pouvoir le consulter ultérieurement. Si vous donnez, prêtez ou vendez cet article, remettez ce mode d'emploi en même temps que l'article.

Domaine d'utilisation

- Les semelles de relaxation conviennent pour une applica-tion à froid ou à chaud et servent à la détente et au bien-être.
- Les semelles de relaxation sont destinées à une utilisation privée et ne conviennent pas à un usage commercial, thérapeutique ou médical.
- Les semelles de relaxation contiennent un garnissage d'ar-gile qui peut être réchauffé au bain-marie ou au four à mi-cro-ondes, ou bien être refroidi au réfrigérateur/congélateur.
- Testez prudemment la température pour trouver celle qui vous convient le mieux.

Consultez votre médecin!

- En cas de situations particulières telles que grossesse, mala-dies infectieuses des articulations ou des tendons, rétention d'eau dans les jambes, problèmes orthopédiques ou autres, demandez à votre médecin si l'utilisation des semelles de relaxation chauffées ou refroidies est sans danger pour vous.
- Enlevez immédiatement les semelles de relaxation dès que vous ressentez des douleurs ou des troubles.

Danger: risque pour les enfants

- Cet article n'est pas un jouet. Les enfants peuvent l'utiliser à partir de 6 ans, uniquement sous la surveillance d'un adulte. Tenez l'article hors de portée des jeunes enfants.
- Tenez le matériel d'emballage hors de portée des enfants. Il y a notamment risque d'étouffement!

Danger: risque d'incendie

- Les semelles de relaxation doivent être chauffées unique-ment au bain-marie ou au micro-ondes, mais pas avec la fonction gril. Les semelles de relaxation ne doivent en au-cun cas être chauffées dans un four électrique ou à gaz, etc. Ne laissez pas les semelles de relaxation sans surveil-lance pendant qu'elles chauffent!
- La surchauffe ou le froid extrême (stockage dans le congé-lateur/compartiment congélateur) peut endommager les semelles de relaxation et même, dans le premier cas, provoquer un incendie. Il est donc impératif de respecter les valeurs indiquées dans ce mode d'emploi.

Danger: risque de brûlure et d'hypothermie

- L'article ne doit pas être utilisé - ou seulement à tempéra-ture ambiante - par des personnes présentant des troubles de la perception de la chaleur ou du froid. Les jeunes en-fants sont plus sensibles à la chaleur. Certaines maladies telles que le diabète peuvent être accompagnées de modi-fications de la sensibilité à la température. Les personnes handicapées ou fragiles peuvent éventuellement ne pas ex-primer qu'elles trouvent la chaleur ou le froid trop intense. Par conséquent, n'utilisez pas l'article chauffé ou refroidi pour les enfants de moins de 6 ans, les infirmes, les ma-lades ou les personnes insensibles à la chaleur et au froid. En cas de troubles circulatoires ou si vous ne savez pas si l'utilisation de l'article est indiquée dans votre cas, consultez votre médecin au préalable.
- Pour éviter tout risque de brûlure et d'hypothermie, testez la température sur l'intérieur du poignet avant d'utiliser les semelles. Si une semelle de relaxation est trop chaude, laissez-la refroidir avant l'utilisation. En cas d'application à froid, veillez à ce que la température ne soit pas trop froide. N'utilisez pas les semelles de relaxation refroidies pendant plus d'env. 15-20 minutes d'affilée. Risque d'hypothermie!

Danger: risque pour la santé

- L'article ne doit pas être utilisé de façon permanente.
- L'article ne doit pas être appliqué sur une peau présentant des lésions.
- Les semelles de relaxation sont destinées à un usage externe uniquement. Leur contenu ne doit pas être consommé. En cas de contact cutané avec le garnissage en argile, p. ex. si le revêtement est endommagé, lavez les zones concernées sous l'eau courante.
- Si une semelle de relaxation est endommagée, laissez-la revenir à la température ambiante avant de la manipuler. Elle ne doit plus être utilisée.

Risque de détérioration

- Évitez toute pression sur les semelles de relaxation. Utilisez les semelles de relaxation uniquement en position couchée ou assise - ne les utilisez pas pour marcher!
- Tenez les semelles de relaxation à l'écart des objets coupants et pointus afin de ne pas endommager le revêtement.

Utilisation

Vous pouvez utiliser les semelles de relaxation chauffées ou refroidies.

Chauffer les semelles de relaxation

Avertissement - risque de brûlure! En cas de surchauffe, les semelles de relaxation peuvent gonfler et éclater. Ne lais-sez pas les semelles de relaxation sans surveillance pendant qu'elles chauffent! Si les semelles de relaxation se mettent à gonfler, arrêtez immédiatement la chauffe.

Au bain-marie

- Mettez les semelles de relaxation env. 3-5 minutes dans une casserole d'eau à 80 °C max.

L'eau ne doit pas bouillir! Le niveau de l'eau dans la cas-serole doit être suffisant pour que les semelles de relaxa-tion ne touchent pas le fond chaud de la casserole. Sortez les semelles de relaxation avec une pince en bois ou un autre objet similaire, pas à mains nues - **risque de brûlure!**

Au micro-ondes

- N'utiliser en aucun cas la fonction gril.
- Faites chauffer les semelles de relaxation à 1 000 W pendant 60 secondes max.
- Pour répartir uniformément la chaleur dans les semelles de relaxation, pétrissez-les à fond, mais en n'exerçant qu'une légère pression. Vérifiez ensuite la température. Si une semelle de relaxation est trop froide, laissez-la se réchauf-fer un peu avant de l'utiliser.

Refroidir les semelles de relaxation

- Mettez les semelles de relaxation au réfrigérateur ou 1 heure max. au congélateur. Pour répartir uniformément le froid dans les semelles de relaxation, pétrissez-les à fond, mais en n'exerçant qu'une légère pression. Si une semelle de relaxation est trop froide, laissez-la se réchauf-fer un peu avant de l'utiliser.

Nettoyage / rangement

- Si nécessaire, nettoyez les semelles de relaxation avec un chiffon humide. Conservez-les au frais et à l'abri de la lumière directe du soleil.

Élimination

Respectez l'environnement: éliminez l'article conformément à la législation et à la réglementation en vigueur. Pour avoir des informations à ce sujet, adressez-vous à votre municipalité.

- | | |
|-------------|---|
| Revêtement: | 100 % polyester, intérieur avec revêtement imperméable en PVC |
| Garnissage: | 30 % argile naturelle, 30 % glycérine, 40 % eau |

Bezpečnostní pokyny



Tento výrobek používejte pouze tak, jak je popsáno v tomto návodu, aby nedopatřením nedošlo k poranění nebo škodám. Tento návod si uschovejte pro pozdější potřebu. Při předávání výrobku s ním současně předejte i tento návod.

Účel použití

- Relaxační vložky na chodidla jsou vhodné pro studenou i teplou variantu použití a slouží k relaxaci a uvolnění.
- Relaxační vložky na chodidla jsou koncipovány pro soukromé použití a nejsou vhodné pro obchodní, terapeutické nebo lékařské účely.
- Relaxační vložky na chodidla obsahují jílovou náplň, kterou lze ohřívat v teplé vodní lázni nebo v mikrovlnné troubě nebo chladit v lednici/mrazáku.
- Pečlivě vyzkoušejte teplotu, abyste našli tu, která je pro Vás nejpříjemnější.

Zeptejte se svého lékaře!

- V případě zvláštních omezení, jako je těhotenství, zánětlivá onemocnění kloubů nebo šlach, zadržování vody v nohou, ortopedické potíže a podobně, se zeptejte svého lékaře, zda je pro Vás používání vyhřívanych nebo nachlazených relaxačních vložek bezpečné.
- Jakmile pocítíte bolest nebo začnete mít jakékoli obtíže, okamžitě relaxační vložky odstraňte.

Nebezpečí pro děti

- Výrobek není hračka. Používání od 6 let, a to jen pod dohledem dospělé osoby. Výrobek udržujte mimo dosah malých dětí.
- Obalový materiál udržujte mimo dosah dětí. Mimo jiné hrozí i nebezpečí udušení!

Nebezpečí požáru

- Relaxační vložky lze ohřívat pouze ve vodní lázni nebo v mikrovlnné troubě - bez funkce grilu. Relaxační vložky se nikdy nesmí zahřívat v elektrické nebo plynové troubě nebo podobně. Při zahřívání nikdy nenechávejte relaxační vložky bez dohledu!
- Přehřátí nebo extrémní podchlazení (uložení v mrazící přihrádce nebo mrazničce) může poškodit relaxační vložky a dokonce způsobit požár. Proto bezpodmínečně dodržujte hodnoty uvedené v tomto návodu.

Nebezpečí popálení a podchlazení

- Pokud někdo není schopen správně vnímat teplo nebo chlad, nesmí výrobek používat nebo jej smí používat jen při pokojové teplotě. Malé děti reagují na teplo mnohem citlivěji. Určitá onemocnění, jako např. diabetes, mohou být provázena poruchami citlivosti vůči teplotě. Postižení nebo nemocní nemusí být případně schopni upozornit na to, že je jim příliš teplo nebo příliš chladno. Nepoužívejte proto zahřátý nebo zchlazený výrobek u dětí mladších 6 let, nemohoucích a nemocných osob ani u osob s poruchou cit-livosti na teplo nebo chlad. Pokud máte pochybnosti nebo potíže s krevním oběhem, zeptejte se nejdřív svého lékaře.
- Abyste zabránili popálení nebo podchlazení kůže, vyzkou-šejte teplotu před použitím na vnitřní straně zápěstí. Pokud jsou vložky příliš horké, nechte je před použitím vychlad-nout. Pro chlazení teplota nesmí být příliš studená. Relaxační vložky nepoužívejte nepřetržitě déle než po dobu přibližně 15-20 minut. Nebezpečí podchlazení!

Nebezpečí poškození zdraví

- Výrobek se nesmí používat trvale.
- Výrobek se nesmí používat na poraněné pokožce.
- Relaxační vložky jsou určeny pouze k vnějšímu použití. Obsah se nesmí požívat. Pokud přijde kůže do kontaktu s jílovou náplní - např. při poškození obalu -, umyjte si postižené části kůže pod tekoucí vodou.
- V případě potřeby nechte poškozenou vložku před dotykem dosáhnout pokojové teploty. Potom se již nesmí používat.

Věcné škody

- Na relaxační vložky netlačte. Relaxační vložky používejte pouze vleže nebo vsedě - nechoďte po nich!
- K relaxačním vložkám nepřiblížujte ostré a špičaté předměty, aby nedošlo k poškození obalu.

Použití

Relaxační vložky můžete používat nahřáté nebo nachlazené.

Zahřátí relaxačních vložek

Výstraha - nebezpečí popálení! Když relaxační vložky přehřejete, mohou se nafouknout a prasknout. Při zahřívání nikdy nenechávejte relaxační vložky bez dohledu! Kdyby se relaxační vložky začaly nafoukavat, okamžitě je přestaňte zahřívat.

Ve vodní lázni

- Relaxační vložky položte asi na 3-5 minut do hrnce s vodou horkou max. 80 °C.

Voda se nesmí vařit! V hrnci musí být dostatek vody, aby relaxační vložky nepřišly do styku s horkým dnem. Vyjměte je pomocí dřevěných kleští apod., ne holými prsty - **nebez-pečí opaření!**

V mikrovlnné troubě

- Nikdy nepoužívejte funkci grilování.

- Zahřívání relaxační vložky při 1000 W po dobu maximálně 60 sekund.
- Abyste teplo v relaxačních vložkách rovnoměrně rozložili, důkladně je prohnětte - pouze lehkým tlakem. Zkontrolujte potom teplotu. Příliš horkou relaxační vložku nechte před použitím vychladnout.

Schlazení relaxačních vložek

- Relaxační vložky vložte do chladničky nebo na dobu max. 1 hodiny do mrazničky. Aby se chlad v relaxačních vložkách rovnoměrně rozložil, důkladně je prohnětte - pouze lehkým tlakem. Pokud je relaxační vložka příliš studená, nechte ji před použitím trochu zahřát.

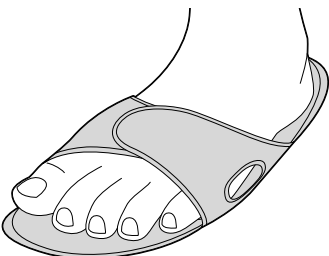
Čištění/uchovávání

- Pokud bude třeba, otřete relaxační vložky vlhkým hadříkem. Skladujte je na chladném místě mimo dosah přímého slunečního světla.

Likvidace

Pro ochranu životního prostředí: Výrobek zlikvidujte dle platných zákonů a předpisů. Informace Vám poskytne Vaše obecní nebo městská správa.

- | | |
|--------|---|
| Obal: | 100 % polyester, voděodolný PVC potah na vnitřní straně |
| Výplň: | 30 % přírodní jíl, 30% glycerin, 40 % voda |



Made exclusively for:

Tchibo GmbH, Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany, www.tchibo.de • www.tchibo.ch • www.tchibo.cz



Podeszwy relaksacyjne | Relaxačné podrážky

Nyugtató talpbetétek | Rahatlatici tabanlar

pl Instrukcja użytkowania | **sk** Návod na použitie | **hu** Használati útmutató | **tr** Kullanım Kılavuzu

pl

Wskazówki bezpieczeństwa



Produkt należy użytkować wyłącznie w sposób opisany w tej instrukcji, aby uniknąć niezamierzonych obrażeń ciała lub uszkodzeń sprzętu. Zachować instrukcję do późniejszego wykorzystania. W razie zmiany właściciela produktu należy przekazać również tę instrukcję.

Przeznaczenie

- Podeszwy relaksacyjne są przeznaczone do użytku na zimno i na ciepło. Sprzyjają odprężeniu i dobremu samopoczuciu.
- Zaprojektowano je do użytku prywatnego i nie nadają się do zastosowań komercyjnych, terapeutycznych ani medycznych.
- Podeszwy relaksacyjne zawierają gliniane wypełnienie, które można podgrzać w ciepłej kąpieli wodnej lub w kuchence mikrofalowej albo schłodzić w lodówce/zamrażarce.
- Temperaturę należy sprawdzać ostrożnie, aby znaleźć najbardziej komfortową temperaturę dla siebie.

Zaleca się konsultację z lekarzem!

- W przypadku szczególnych ograniczeń, takich jak np. ciąża, choroby zapalne stawów lub ścięgien, obrzęki (zatrzymywanie wody) w nogach, dolegliwości ortopedyczne i tym podobne, użytkownik powinien skonsultować się ze swoim lekarzem, czy stosowanie nagrzananych lub schłodzonych podeszw relaksacyjnych jest dla niego bezpieczne/wskazane.
- W przypadku odczuwania bólu lub innych dolegliwości należy bezzwłocznie usunąć podeszwy relaksacyjne.

Niebezpieczeństwo – zagrożenie dla dzieci

- Produkt nie jest zabawką. Produkt może być używany przez dzieci w wieku od 6 lat, wyłącznie pod nadzorem osób dorosłych. Małe dzieci nie mogą mieć do niego dostępu.
- Dzieci nie mogą mieć dostępu do materiałów opakowaniowych. Istnieje m.in. niebezpieczeństwo uduszenia!

Niebezpieczeństwo pożaru

- Podeszwy relaksacyjne mogą być podgrzewane tylko w kąpieli wodnej lub w kuchence mikrofalowej bez funkcji grilla. Podeszwy relaksacyjne nie mogą być w żadnym wypadku podgrzewane w piekarniku elektrycznym ani gazowym itp. Nie pozostawiać podgrzewanych podeszw relaksacyjnych bez nadzoru!
- Przegrzanie lub ekstremalne wychłodzenie (przechowywanie w zamrażalniku) może spowodować uszkodzenie podeszw relaksacyjnych, a nawet doprowadzić do pożaru. Należy koniecznie przestrzegać wartości podanych w niniejszej instrukcji.

Niebezpieczeństwo oparzeń oraz wychłodzenia ciała

- Produkt nie może być używany (lub ewentualnie może być używany tylko w temperaturze pokojowej) w przypadku osób mających problemy z właściwym odczuwaniem ciepła lub zimna. Małe dzieci są bardziej wrażliwe na ciepło. Określone choroby, np. cukrzyca, mogą powodować zaburzenia w odczuwaniu temperatury. Osoby niepełnosprawne lub niedołężne nie zawsze są w stanie zasygnalizować, że jest im zbyt ciepło lub zbyt zimno. Dlatego nagrzanego lub schłodzonego produktu nie należy stosować u dzieci w wieku poniżej 6 lat, osób niesamodzielnich, chorych lub niewrażliwych na ciepło lub zimno. W przypadku zaburzeń układu krążenia lub w razie wątpliwości należy skonsultować się z lekarzem.
- Aby uniknąć oparzeń skóry lub wychłodzenia ciała, należy przed użyciem sprawdzić temperaturę, przykładając produkt do wewnętrznej strony nadgarstka. Zbyt mocno nagrzaną podeszwę relaksacyjną należy przed użyciem pozostawić do ostygnięcia. Przy zastosowaniach na zimno temperatura podeszw relaksacyjnych nie może być zbyt niska. Schłodzonych podeszw relaksacyjnych nie należy stosować dłużej niż ok. 15-20 minut bez przerwy. Niebezpieczeństwo wychłodzenia!

Niebezpieczeństwo powstania szkód zdrowotnych

- Produkt nie może być stosowany w sposób długotrwały.
- Produkt nie może być stosowany na zranionej skórze.
- Podeszwy relaksacyjne są przewidziane wyłącznie do użytku zewnętrznego. Ich zawartość nie może być spożywana. W przypadku kontaktu skóry z wypełnieniem glinianym, np. w przypadku uszkodzenia powłoki, należy przemyć miejsca kontaktu pod bieżącą wodą.
- Uszkodzona podeszwa relaksacyjna powinna przyjąć temperaturę pokojową, zanim zostanie dotknięta. Nie wolno jej dalej używać.

Szkody materiałne

- Nie należy wywierać zbyt dużego nacisku na podeszwy relaksacyjne. Stosować podeszwy relaksacyjne wyłącznie w pozycji leżącej lub siedzącej - nie chodzić z założonymi podeszwami relaksacyjnymi!
- Ostre i spiczaste przedmioty należy trzymać z dala od podeszw relaksacyjnych, aby nie uszkodzić ich powłoki.

Użytkowanie

Podeszwy relaksacyjne mogą być używane w stanie podgrzanym lub schłodzonym.

Podgrzewanie podeszw relaksacyjnych

Ostrzeżenia – niebezpieczeństwo oparzenia! W wyniku przegrzania może dojść do rozdzęcia i pęknięcia podeszw relaksacyjnych. Nie wolno pozostawiać podgrzewanych podeszw relaksacyjnych bez nadzoru! Jeśli podczas podgrzewania podeszw relaksacyjne ulegną rozdzęciu, należy natychmiast przerwać podgrzewanie.

W kąpieli wodnej

- ▷ Włożyć podeszwy relaksacyjne na ok. 3-5 minut do garnka z gorącą wodą (maks. temperatura wody 80°C).
- Woda nie może się gotować!** W garnku musi znajdować się wystarczająca ilość wody, tak aby podeszwy relaksacyjne nie miały styczności z gorącym dnem garnka. Wyjąć podeszwy relaksacyjne za pomocą drewnianych szczypic lub podobnego przyboru; nie wyjmować podeszw gołymi rękami
- niebezpieczeństwo oparzenia!**

W kuchence mikrofalowej

- ▷ W żadnym razie nie używać funkcji grillowania.
- 1. Podgrzewać podeszwy relaksacyjne przy mocy ustawionej na 1000 W przez maksymalnie 60 sekund.
- 2. Aby równomiernie rozprowadzić ciepło w całych podeszwach relaksacyjnych, należy je dokładnie pogniątać z użyciem lekkiego nacisku. Następnie sprawdzić temperaturę. Zbyt mocno nagrzaną podeszwę relaksacyjną należy przez użyciem pozostawić do ostygnięcia.

Schładzanie podeszw relaksacyjnych

- ▷ Włożyć podeszwy relaksacyjne do lodówki albo na maks. 1 godzinę do zamrażarki. Aby równomiernie rozprowadzić zimno w całych podeszwach, należy je dokładnie pogniątać z użyciem lekkiego nacisku. Zbyt mocno schłodzoną podeszwę należy przez użyciem pozostawić w temperaturze pokojowej, aby ogrzała się do nieco wyższej temperatury.

Czyszczenie / przechowywanie

- ▷ W razie potrzeby przetrzeć podeszwy relaksacyjne wilgotną ściereczką. Przechowywać je w chłodnym miejscu osłoniętym od bezpośredniego promieniowania słonecznego.

Usuwanie odpadów

- Aby zadbać o środowisko, należy zutylizować produkt zgodnie z obowiązującymi przepisami i regulacjami. Blższych informacji udziela gmina lub miejska administracja samorządowa.
- | | |
|--------------|---|
| Powłoka: | 100% poliestru, od wewnątrz powleczone wodoszczelną warstwą PCW |
| Wypełnienie: | 30% gliny naturalnej, 30% gliceryny, 40% wody |

Bezpečnostné upozornenia



Výrobok používajte len podľa opisu v tomto návode, aby nedopatréním nedošlo k poraneniám alebo škodám. Uschovajte si tento návod na neskoršie použitie. Ak výrobok postúpite inej osobe, musíte jej odovzdať aj tento návod.

Účel použitia

- Relaxačné podrážky sú vhodné na studené a teplé použitie a slúžia na uvoľnenie a zlepšenie pohody.
- Relaxačné podrážky sú určené na súkromné použitie a nehodia sa na komerčné, terapeutické alebo medicínske účely.
- Relaxačné podrážky obsahujú ťlovú výplň, ktorú je možné nahriať v teplom vodnom kúpeľi alebo mikrovlnnej rúre alebo vychladíť v chladničke/mrazničke.
- Opatrne otestujte teplotu, aby ste našli pre vás najpríjemnejšiu.

Spýtajte sa svojho lekára!

- Ak máte špecifické obmedzenia, ako je tehotenstvo, zápalové ochorenia kĺbov alebo šliach, zadržiavanie vody v nohách, ortopedické problémy a pod., opýtajte sa svojho lekára, či je pre vás používanie vyhríevaných alebo vychladených relaxačných podrážok bezpečné.
- Len čo ucítite bolesti alebo ťažkosti, okamžite odstráňte relaxačné podrážky.

Nebezpečnosť pre deti

- Výrobok nie je detská hračka. Používanie od 6 rokov, len pod dohľadom dospelých. Výrobok udržiujte mimo dosahu malých detí.
- Zabráňte prístupu detí k obalovému materiálu. Okrem iného hrozí nebezpečnstvo udusenia!

Nebezpečnosť požiaru

- Relaxačné podrážky sa smú zohrievať len vo vodnom kúpeľi alebo mikrovlnnej rúre - bez funkcie grilu. Relaxačné podrážky sa v žiadnom prípade nesmú ohrievať v elektrickej alebo v plynovej rúre a pod. Nenechávajte relaxačné podrážky pri ohrievaní bez dozoru!
- Nadmerné prehriatie alebo extrémne vychladenie (skladovanie v mrazničke) môže poškodiť relaxačné podrážky a dokonca spôsobíť požiar. Bezpodmienečne dodržujte hodnoty uvedené v tomto návode na použitie.

Nebezpečnosť popálenín a podchladenia

- Výrobok sa nesmie používať - resp. sa smie používať len pri izbovej teplote - ak osoba nedokáže správne vnímať teplo alebo chlad. Malé deti reagujú na teplo citlivejšie. Isté choroby, ako napr. cukrovka, môžu byť sprevádzané poruchami vnímania tepla. Postihnuté alebo choré osoby prípadne nevedia dať najavo, ak je im príliš teplo alebo zima. Zohriaty alebo vychladený výrobok preto neaplikujte na deťoch mladších ako 6 rokov, na osobách odkázaných na pomoc, na chorých osobách, resp. ani na osobách s poruchou vnímania tepla a chladu. Pri pochybnostiach alebo poruchách krvného obehu sa najskôr poraďte s vaším lekárom.
- Na vylúčenie popálenín a podchladenia otestujte teplotu výrobku pred použitím na vnútornej strane vášho zápästia. Nechajte príliš zohriatu relaxačnú podrážku pred používaním vychladnúť. Pri chladivej aplikácii nesmie byť teplota výrobku príliš nízka.
- Nepoužívajte vychladené relaxačné podrážky dlhšie ako cca 15-20 minút bez prerušenia. Nebezpečnosť podchladenia!

Nebezpečnosť zdravotnej ujmy

- Výrobok sa nesmie používať dlhodobo.
- Výrobok sa nesmie aplikovať na poranenej pokožke.
- Relaxačné podrážky sú určené len na vonkajšie použitie. Obsah sa nesmie konzumovať. Pri kontakte pokožky s ťlovou náplňou - napr. pri poškodení návätku - umyte príslušné partie pokožky pod tečúcou vodou.
- Poškodenú relaxačnú podrážku nechajte pred dotykom pripr. ať, aby izbovou teplotu. Nepoužívajte ju viac.

Vecné škody

- Na relaxačné podrážky netlačte. Používajte relaxačné podrážky len v ľahu alebo sede - nebehajte v nich!
- Ostré a špicaté predmety udržiujte mimo dosahu relaxačných podrážok, aby sa nepoškodilo ich návlek.

Používanie

Relaxačné podrážky môžete používať zohriate alebo vychladené.

Zohriatie relaxačných podrážok

Varovanie – Nebezpečnosť popálenia!

Pri prehriatí môžu relaxačné podrážky napučať a prasknúť. Nenechávajte relaxačné podrážky pri zohrievaní bez dozoru. Ak relaxačné podrážky napučia, ihneď prerušte zohrievanie.

Vo vodnom kúpeľi

- ▷ Vložte vyhrievacie podrážky na cca 3-5 minút do hrnca s vodou s teplotou max. 80 °C.
- Voda nesmie byť vriaca!** V hrnci musí byť dostatok vody, aby sa relaxačné podrážky nedotýkali horúceho dna hrnca. Relaxačné podrážky vyberajte drevenými kliešťami a pod., nie holými prstami - **nebezpečnosť obarenia!**

V mikrovlnnej rúre

- ▷ V žiadnom prípade nepoužívajte funkciu grilu.
- 1. Relaxačné podrážky zohrejte pri 1 000 W počas max. 60 sekúnd.
- 2. Aby sa teplo rovnomerne rozdelilo v relaxačných podrážkach, okladne ich premieste - len ľahkým tlakom. Potom skontrolujte teplotu. Nechajte príliš zohriatu relaxačnú podrážku pred používaním vychladnúť.

Vychladenie relaxačnej podrážky

- ▷ Relaxačné podrážky vložte do chladničky alebo na max. 1 hodinu do mrazničky. Aby sa chlad rovnomerne rozdelil v relaxačných podrážkach, dôkladne ich premieste - len ľahkým tlakom. Nechajte príliš chladné relaxačné podrážky pred používaním znova trochu ohriať.

Čistenie/uschovanie

- ▷ V prípade potreby utrite relaxačné podrážky vlhkou handričkou. Uchovávajte ich na chladnom mieste a chránené pred priamym slnečným žiarením.

Likvidácia

Pokyny na ochranu životného prostredia: Zlikvidujte výrobok v súlade s platnými zákonmi a predpismi. Blížšie informácie vám poskytne obecná alebo mestská správa.

Návlek: 100 % polyester, vnútri s vodotesnou povrchovou úpravou s PVC

Náplň: 30 % prírodný ľl, 30 % glycerín, 40 % voda

Biztonsági előírások



Az esetleges sérülések és károk elkerülése érdekében csak az útmutatóban leírt módon használja a terméket. Őrizze meg az útmutatót, hogy szűkség esetén később ismét át tudja olvasni. Amennyiben megváltik a terméktől, az útmutatót is adja oda az új tulajdonosnak.

Rendeltetés

- A nyugtató talpbetétek hidegen és melegen is alkalmazhatók, pihenésre és a közérzet javítására szolgálnak.
- A termék magánjellegű felhasználásra alkalmas, kereskedelmi, terápiás vagy gyógyászati célokra nem használható.
- A nyugtató talpbetétek agyaggal vannak megtöltve, amelyet meleg vízfürdőben vagy mikrohullámú sütőben lehet felmelegíteni, vagy hűtőben/fagyaszóban lehet lehűteni.
- Óvatosan tesztelje a hőmérsékletet, hogy megtalálja az Ön számára legkellemesebb hőmérsékletet.

Kérje ki orvosa véleményét!

- Különlleges panaszok, például terhésség, izületi vagy ingyulladásos betegségek, lábvizesedés, ortopédiai panaszok vagy hasonlók esetén, kérdezze meg orvosát, hogy a felmelegített vagy lehűtött talpbetétek használatra biztonságos-e az Ön számára.
- Amennyiben fájdalom ésszel vagy egyéb panaszok lépnének fel, azonnal távolítsa el a nyugtató talpbetétet.

Veszély gyermekek esetében

- A termék nem játékszer. A termék 6 éves kor feletti gyermekeknél kizárólag felnőtt felügyelete mellett használható. A terméket gyermekektől tartsa távol.
- Ne engedje, hogy a csomagolóanyag gyermekek kezébe kerüljön. Többek között fulladásveszély áll fenn!

Tűzveszély

- A nyugtató talpbetéseket csak vízfürdőben vagy mikrohullámú sütőben - grillfunkció nélkül - lehet melegíteni. A nyugtató talpbetéseket nem szabad villányi-, illetve gáz-sütőben vagy hasonlő készülékben felmelegíteni. Melegítés közben ne hagyja felügyelet nélkül a talpbetéseket!
- A talpbetétek túlmelegedése vagy extrém lehűtése (mélyhűtőben/fagyaszóban való tárolás esetén) kárt okozhat a talpbetétekből, és akár tüzet is okozhat. Éppen ezért feltétlenül tartsa be az ebben az útmutatóban megadott értékeket.

Égési sérülések és túlzott kihűlés veszélye

- Hőérzékelési zavarokkal küzdő személyek nem - vagy csak szobahőmérsékleten - használhatják a terméket. Kisgyermekek érzékenyebben reagálnak a hőre. Bizonyos betegségek, pl. a cukorbetegség, hőérzékelési zavarokkal járhatnak. A fogytékkal élő és idősokori gyengélkedésben szenvedő személyek esetleg nem tudják jelezni, ha túl melegük van, vagy fáznak. Ezért ne használja a felmelegített vagy lehűtött terméket 6 évesnél fiatalabb gyermekeknél, tehetetlen, beteg, illetve hőt és hideget nem érzékelő személyeknél. Ha kétséget támadnak vagy keringés zavarai vannak, a használat előtt kérdezze meg orvosát.
- A bőr égési sérüléseinek és erős lehűlésének megelőzése érdekében használat előtt ellenőrizze a hőmérsékletet csuklója belső oldalán. A túlságosan felforrósodott nyugtató talpbetéseket a használat előtt hagyja lehűlni. Hideg alkalmazás esetén a hőmérséklet ne legyen túl alacsony. Ne használja a lehűtött talpbetéseket megszakítás nélkül kb. 15-20 percnél hosszabb ideig. Túlzott lehűlés veszélye áll fenn!

Égésésgkárosodás veszélye

- A terméket huzamosabb ideig használni tilos.
- Ne használja a terméket sérült bőrfelületen.
- A nyugtató talpbetéseket csak külsőleges használatra tervezték. Tartalmuk nem ehető.
- Ha az agyag töltet bórral érintkezik - pl. a huzat sérülése esetén - folyó víz alatt mossa le az érintett bőrfelületeket.
- Mielőtt hozzárne a sérült talpbetéthez, esetleg várja meg, amíg az szoba-hőmérsékletre hűl. A terméket többé nem szabad használni.

Anyagi károk

- Ne fejtsen ki túlzott nyomást a talpbetésekre. A talpbetéseket csak fekvé vagy ülve használja - ne járkáljon velük!
- Óvja a nyugtató talpbetéseket az éles és hegyes tárgyaktól, hogy a huzat ne sérüljön.

Használat

A nyugtató talpbetéseket felmelegítve vagy lehűtve is használhatja.

A nyugtató talpbetétek felmelegítése

Vigyázat – égési sérülések veszélye! Túlhevítés esetén a talpbetétek felfűlődhatnak és kipukkanhatnak. Felmelegítés közben ne hagyja felügyelet nélkül a nyugtató talpbetéseket. Ha felfűjódik a nyugtató talpbetét, azonnal hagyja abba a melegítést.

Melegítés vízfürdőben

- ▷ Helyezze a nyugtató talpbetéseket kb. 3-5 percre egy edénybe max. 80 °C-os vízbe.

A víz ne forrjon! Legyen megfelelő mennyiségű víz az edényben, hogy a termék ne érintkezzen az edény forró aljával. Ne csupasz kézzel vegye ki a talpbetéseket, hanem egy fa fogóval vagy hasonlóval - **forrázási sérülések veszélye!**

Mikrohullámú sütőben

- ▷ Semmiképp ne használja a grillfunkciót!
- 1. A nyugtató talpbetéseket 1000 W-on melegítse fel max. 60 másodpercig.
- 2. Ahhoz, hogy a hő egyenletesen eloszoljon a nyugtató talpbetétekből, enyhé nyomással alaposan gyúrja át őket. Ezután ellenőrizze a hőmérsékletet. A túl forró nyugtató talpbetéseket használat előtt hagyja lehűlni.

A nyugtató talpbetétek lehűtése

- ▷ Helyezze a nyugtató talpbetéseket a hűtőszekrénybe vagy max. 1 órára a fagyaszóba. Ahhoz, hogy a hideg egyenletesen eloszoljon a nyugtató talpbetétekből, enyhé nyomással alaposan gyúrja át őket. A túl hideg nyugtató talpbetéseket használat előtt hagyja kicsit felmelegedni.

Tisztítás / tárolás

- ▷ Szükség esetén nedves ruhával törölje le a nyugtató talpbetéseket. Száraz, hűvös, közvetlen napfénytől védett helyen tárolandó.

Hulladékkezelés

A környezetvédelem érdekében: A terméket helyezze el a hulladékgyűjtőben a hatályos jogszabályoknak és szabályozásoknak megfelelően. További információért forduljon az illetékes települési vagy városi hivatalhoz.

Huzat: 100% poliészter, belülről vízálló PVC bevonattal

Töltet: 30% természetes agyag, 30% glicerín, 40% víz

Numer artykułu | Číslo výrobku | Cikkszám | Ürün numarası : 688 684

www.tchibo.pl/instrukcje
www.tchibo.sk/navody
www.tchibo.hu/utmutatok
www.tchibo.com.tr/kilavuzlar



tr

Güvenlik uyarıları



Kaza sonucu yaralanmaları ve hasarları önlemek için ürünün yalnızca bu kullanım kılavuzunda belirtildiği şekilde kullanın. Gerektiğinde tekrar okumak üzere bu kılavuzu saklayın. Bu ürün başkasına devredildiğinde, bu kılavuz da beraberinde verilmelidir.

Kullanım amacı

- Rahatlatici tabanlar soğuk ve sıcak uygulamalar için uygundur, rahatlama ve gevşeme için kullanılır.
- Rahatlatici tabanlar özel kullanım için tasarlanmış olup ticari, tıbbi veya terapi amaçlı kullanım için uygun değildir.
- Rahatlatici tabanlar, ılık su banyosunda veya mikrodalgada ısıtılabilen veya buzdolabında/dondurucuda soğutulabilen bir kil dolgu içerir.
- Sizin için en konforlu sıcaklığı belirlemek için sıcaklığı dikkatlice test edin.

Doktorunuza başvurun!

- Hamilelik, eklem veya tendonların iltihaplı hastalıkları, bacaklarda ödem, ortopedik şikayetler veya benzeri özel bozukluklar durumunda ısıtılmış veya soğutulmuş rahatlatici taban kullanımının sizin için güvenli olup olmadığını doktorunuza danışın.
- Ağrı veya rahatsızlık hissedildiğinde derhal rahatlatici tabanları çıkarın.

Çocuklar için tehlike

- Ürün oyuncak değildir. Sadece yetişkinlerin gözetimi altında, 6 yaştan itibaren kullanılmalıdır. Çocukları ürününden uzak tutun.
- Çocukları ambalaj malzemesinden uzak tutun. Aksi takdirde boğulma tehlikesi vardır!

Yangın tehlikesi!

- Rahatlatici tabanlar sadece su içinde veya mikrodalgada, ızgara fonksiyonu olmadan ısıtılabilir. Rahatlatici tabanlar asla elektrikli fırında, gazlı fırında vb. ısıtılmamalıdır. Rahatlatici tabanları ısınma esnasında gözetimsiz bırakmayın!
- Aşırı ısınma veya aşırı soğuma (dondurucu bölümünde/ buzdolabında saklama) rahatlatici tabanlara zarar verebilir ve hatta yangına neden olabilir. Bu nedenle bu kılavuzdaki verilmiş olan değerlere mutlaka uyun.

Yanık ve aşırı soğuma riski

- Bir kişi ısıyı veya soğuşu doğru algılayamıyorsa ürünü kullanmamalıdır ya da sadece - oda sıcaklığında - kullanmalıdır. Küçük çocuklar ısıya daha fazla tepki verirler. Diyabet gibi belirli rahatsızlıklar, sıcaklık hissetme bozuklukları ortaya çıkarır. Engelli veya yaşlı insanlar örn. çok sıcak veya soğuk olduğunda tepki veremeyebilir. ısıtılmış veya soğutulmuş ürün bu nedenle 6 yaştan altındaki çocuklarda, yardıma muhtaç, hasta, sicağa veya soğuğa karşı duyarlı olmayan kişilerde kullanılmamalıdır. Emin olunamadığı durumlarda veya dolayım bozukluklarında öncelikle doktora danışılmalıdır.
- Ciltte yanıkların ve donukların oluşmasını önlemek için sıcaklığı kullanımdan önce bileğinizin iç kısmında deneyin. Aşırı ısınmış rahatlatici tabanın kullanım öncesinde soğumasını sağlayın. Soğuk uygulamalarda derecesi çok soğuk olmamalıdır.
- Soğutulmuş rahatlatici tabanları yakl. 15-20 dakikadan fazla bir süre boyunca aralıksız kullanmayın. Hipotermi tehlikesi söz konusudur!

Sağlığa zarar verme riski

- Bu ürün aralıksız kullanılmamalıdır.
- Bu ürün yaralı ciltte kullanılmamalıdır.
- Rahatlatici tabanlar sadece harici kullanım için tasarlanmıştır. İçerik yenilmemelidir. Kil dolgunun cilt ile teması durumunda, örn. kaplamanın hasar görmesi halinde temas eden cilt alanlarını akan suyun altında yıkayın.
- Gerekirse dokunmadan önce hasarlı bir rahatlatici tabanın oda sıcaklığına ulaşmasını bekleyin. Artık kullanılmamalıdır.

Maddi hasarlar

- Rahatlatici tabanların üzerine aşırı yüklenmeyin. Rahatlatici tabanları sadece yataarken veya otururken kullanın, üzerinde yürümeyin!
- Kaplamaya zarar vermeme için keskin ve sivri uçlu nesneleri rahatlatici tabanlardan uzak tutun.

Kullanım

Rahatlatici tabanları ısıtılmış veya soğutulmuş halde kullanabilirsiniz.

Rahatlatici tabanların ısıtılması

Yanma UYARISI! Aşırı ısınma durumunda rahatlatici tabanlar şişebilir ve patlayabilir. Rahatlatici tabanları ısınma esnasında gözetimsiz bırakmayın. Rahatlatici tabanlar şiştiğinde ısıtmayı derhal durdurun.

Su banyosunda

- ▷ Rahatlatici tabanları maks. 80 °C sıcaklıkta su bulunan bir tencerede yakl. 3-5 dakika bekletin.
- Su kaynamamalıdır!** Rahatlatici tabanların sıcak tencere tabanıyla temas etmemesi için tencerede yeterli miktarda su bulunmalıdır. Rahatlatici tabanları almak için tahta maşa vb. kullanımlıdır, asla çıplak elle alınmamalıdır - **Yanma tehlikesi!**

Mikrodalgda fırında

- ▷ Izgara fonksiyonunu asla kullanmayın.
- 1. Rahatlatici tabanları 1000 W durumunda maks. 60 saniye boyunca ısıtın.
- 2. Isıyı rahatlatici tabanlara dengeli olarak dağıtmak için sadece hafif bir basınç kullanarak iyice yovurun. Sonra sıcaklığı kontrol edin. Aşırı ısınmış rahatlatici tabanın kullanım öncesinde soğumasını sağlayın.

Rahatlatici tabanların soğutulması

- ▷ Rahatlatici tabanları buzdolabına veya maks. 1 saat boyunca dondurucuya yerleştirin. Soğuşu rahatlatici tabanlara dengeli olarak dağıtmak için sadece hafif bir basınç kullanarak iyice yovurun. Aşırı soğumş bir rahatlatici tabanın kullanımdan önce tekrar biraz ısınmasını sağlayın.

Temizleme / Saklama

- ▷ Rahatlatici tabanları gerektiğinde nemli bir şekilde silin. Bunları serin ve doğrudan güneş ışını vermeyan bir yerde muhafaza edin.

İmha etme

Çevre adına: Ürünü geçerli yasalar ve yönetmelikler uyarınca imha edin. Buna dair bilgileri belediyelerden bulabilirsiniz.

Kılıf: %100 polyester, iç kısımda su geçirmez PVC kaplama

Dolgu: %30 doğaıl kil, %30 gliserin, %40 su

